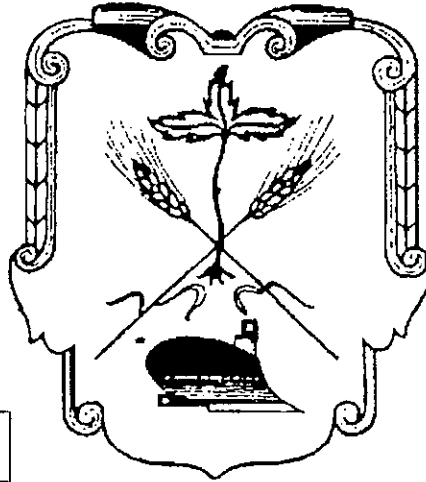


GALGA

Havonta megjelenő olvasnivaló



11. szám 1999. NOVEMBER

HÉVÍZ

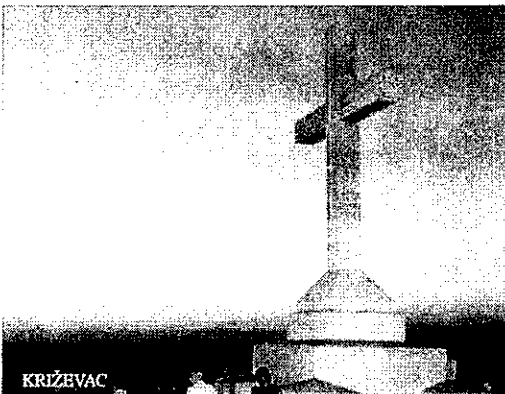
MEDIJUGORJÉBAN JÁRTUNK...



KÖRÖL SZ. KUBA



GÓRA OPAVÍK



KRIŽEVAC

Október 11-én (hétfőn) kora reggel indult a zarándoklat Medjugorjéba. Hosszú volt az út, kb. 800 km. Egyházunkért, II. János pápáért, hazánkért, Magyarországért és a galgahévízi egyházközösségünkért imádkoztunk.

Amikor Horvátországon keresztül utaztunk, a nemrég befejeződött háború nyomait láttuk. Szomorú látvány volt a sok ház, ember, gazda élet nélkül.

Szerencsére a normális élet már elkezdődött, az emberek munkába járnak, mezőn dolgoznak, a gyerekek pedig ismét iskolába járhatnak. Ami biztosan mindenkinek tetszett, az a táj, a hegyek, patakok, völgyek.

Este kb. 9 órakor értünk meg, és a medjugorjei templomban szentségimádást végeztünk. Kedden, a programunk szentmisével kezdődött. Majd valaki megkérdezte: "Atya, tényleg

megjelent a Szűz 6 gyermeknek Medjugorjében?" A válasza még várni kell. Az egyház most vizsgálja, hogy Szűz Mária valóban megjelent-e vagy sem. Tehát Medjugorje hivatalosan még nem szenthely, mind Lourdes vagy Fatima. Rózsafüzér, keresztút, nemzetközi szentmise, gyónás, áldozás, ezek voltak a legfontosabb pontok a programunkban. Azért mentünk Medjugorjéba, hogy imádkozunk, nem pedig csodát keresni, mert a legnagyobb csoda mindig a szentmise alatt történik, amikor az oltáron az ostya átváltozik Jézus testévé, a bor pedig Jézus vérévé.

Medjugorjében az a legkülönlegesebb, hogy együtt imádkoznak fiatalok és öregek az egyházért, pápáért, családokért, békéért különféle nyelveken, de egy Istenhez.

Dlubala Robert atya



ÖNKORMÁNYZATI KALEIDOSZKÓP

A képviselő-testület 1999. október 5-én tartott ülésén tárgyalta a szilárdhulladék-kezelő telep építési tapasztalatairól, a működés helyzetéről szóló előterjesztést vitatta meg.

Benke Sándor a négy önkormányzat tulajdonát képező Szelektív Hulladékhasznosító és Környezetvédelmi Korlátolt Felelősségű Társaság ügyvezetője beszámolt arról, hogy a kivitelezés pontos és megfelelő volt, a műtárgy mindenki meglepedésére szolgál. A kft. megkezdte tevékenységét, Tura Nagyközség szemétszállítását teljes egészében, Vácszentlászló és Galgahévíz vonatkozásában pedig részletesen végzi a kft. a kommunális hulladékgyűjtést a meglévő régi telepekre. Minden a tervek szerint alakul, hiszen a beruházás befejezési időpontja 2000. december 31., - mondta Benke úr. A közeljövőben megkezdődik a szelektív hulladékgyűjtésre történő lakossági felkészítés. Ehhez az országban egyedülálló módon készített anyagot, "könyvecskét" kíván felhasználni, amit egy svájci környezetvédelmi mérnök készített.

Ezúton is kérjük a lakosságot, hogy a szemétszállítási díj minél alacsonyabb szinten tarthatósága érdekében segítse társaságunk munkáját.

2. napirendi pontként a művelődési ház 1998-99. évi munkájáról számolt be Dr. Basa Antal polgármester és Darnyik Antalné gazdasági ügyintéző.

Az előterjesztést a képviselők egyhangúlag elfogadták, megállapítva, hogy a művelődési ház változatlanul jól végzi a munkáját, mely munkához több képviselő is segítséget nyújtott. Az ülésen Dr. Basa Antal polgármester tájékoztatta a képviselőket a két ülés között történt fontosabb eseményekről, melynek keretében beszélt a millenniumi pályázatokról, az ünnepséget előkészítő bizottság munkájáról.

A testület az általános iskola és az óvoda pályázati elképzeléseit támogatandó 600-600.000 Ft saját erő biztosítását vállalta eszközbeszerzéshez, ill. felújításhoz.

Az önkormányzat és a polgármesteri hivatal munkáját érintő kérdésekben felfogadási időben szívesen állok az Önök rendelkezésére.

Galgahévíz, 1999. október 20.

Dr. Král László
jegyző

HULLADÉKGAZDÁLKODÁS AZ ALSÓ – GALGA MENTÉN!

A hulladéktermelés az emberi tevékenység egyik elkerülhetetlen következménye a Földön. A környezetvédelem érdekében tudatunk ugyan a mennyiség korlátozását diktálná, mégis egyre nagyobb tömegben jelentkeznek. Fogyasztó társadalmunk egyik jellegzetes ellentmondása, hogy az igények egyre nőnek az egyre rövidebb életű árucikkek irányába.

Ez a társadalmi jelenség magyarázza meg a hulladékmennyiség növekedését. A gazdasági fejlődés azonban nemcsak a fogyasztott mennyiség állandó növekedését, hanem az alkalmazott anyagok minőségi változását is megköveteli. A minőségi változások természetesen messzemenően kihatnak a hulladék összetételére is.

A helyes hulladékgyűjtés bevezetése megkívánja a négy település hulladékának jelenlegi összetételének pontos ismeretét. Mint már a szeptemberi újságban olvashattak róla, ebben az évben háromszor végeztünk hulladékválogatást. Átlagosan 270 kg hulladékot gyűjtöttünk össze és vizsgáltunk meg 19 szempont szerint. Az eredmények azt mutatták, hogy Galgahévízen évente átlagosan 1 fő (gyermektől az aggastyánig) 277 kg hulladékot termel. Ami azt jelenti, hogy a hulladéktermelésben Galgahévíz vezet a négy település közül.

Felvetődik a kérdés, hogy hogyan lehet csökkenteni a keletkező hulladékmennyiséget? Úgy gondolom, hogy a fogyasztási szokásokra, valamint a vásárlásra kell terelni a hangsúlyt. Például az üzletben nem azt a tojást kell megvenni, ami agyonra be van csomagolva, hanem amelyik tojás szépen "mutatja" magát, hiszen a természet a legjobb csomagolásba juttatja el hozzánk. A másik példa lehet az is, hogy a konyhai szerves hulladékot nem a zsák-



Hulladékválogatás februárban

ba tesszük, hanem a kert egy kis szabad területén komposztáljuk. A kész komposzt kiváló tápanyag az amúgy is tápanyag-szegény talajnak, és így visszakerülhet a természetbe. A komposztálás elsajátításában sok segítséget nyújthat azon emberek tapasztalata, akik a településen már korábban elkezdték a komposztálást. További segítséget tud nyújtani a komposztálás terén a népfőiskola is, melynek szakmai segítségadója S. Nagy Andrea, telefonja: 460-276. A komposztálás során vagy elkezdésével

kapcsolatosan felmerülő kérdéseikkel keressék őt, szívesen áll az Önök rendelkezésére.

Mint már Ön, tisztelt Olvasó előtt is bizonyára ismeretes, Turán elkészült az új és korszerű hulladéklerakó és -hasznosító telep, mely a következőkben fogadja az Ön hulladékát. Amennyiben úgy gondolja, hogy a helyszínen meg szeretné ismerni a lerakó létesítményeit és technológiáját, kérem tárcsázza munkaidőben a 06-30-222-6305-ös telefonszámot, melyen szívesen állunk rendelkezésére.

Benke Sándor
Szelektív Kft. ügyvezető igazgatója

Hirdetés

A Szelektív Hulladékhasznosító és Környezetvédelmi Kft. vállalja nagytömegű hulladékok szállítását, melyre konténerrendelést felvesszünk az alábbi telefonszámon:

06-30-222-6305

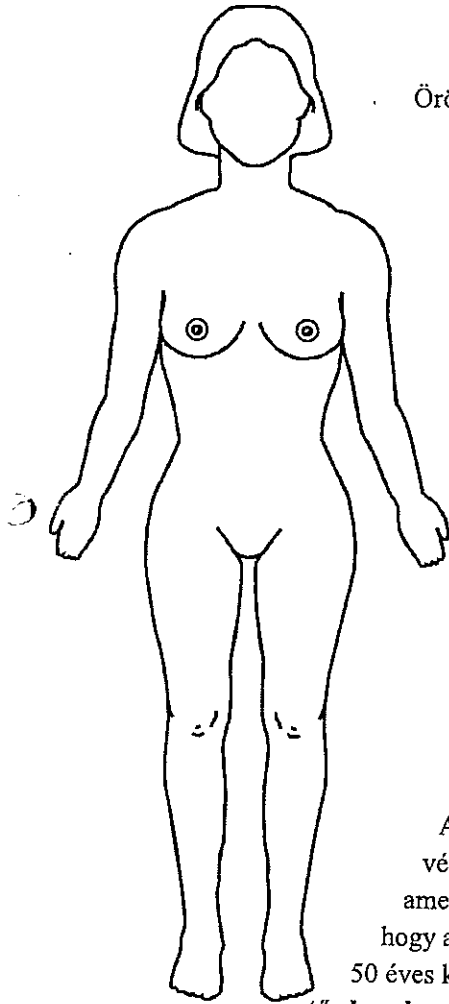


„A nők egészségéért”

TISZTELT OLVASÓK!

Örömmel tájékoztatjuk Önöket, hogy a

“PRIMAVERA PROGRAM A NŐK EGÉSZSÉGÉÉRT”



keretében a Soros Alapítvány térítésmentes mammográfiás mellrákszűrést biztosít a gödöllői és az aszódi rendelőintézet vonzáskörében a 40 éven felüli nők részére.

A mammográfiás mellrákszűrő állomás a rendelőintézet II. épületében (Gödöllő, Szabadság tér 3.) kerül felállításra, és 1999. október 20-tól két hónapig naponta kb. 80 nő szűrését teszi lehetővé.

A Pest Megyei Flór Ferenc Kórház (Kistarcsa) radiológiai osztálya rendelkezik a panasszal jelentkező hölgyek számára mammográfiás vizsgálati lehetőséggel, azonban a szűrés feltételei a kórházban nem biztosítottak. A kórházi és a járóbeteg-ellátás szakemberekkel szoros együttműködésben a MaMMA Klinika Rt. irányításával történik a mammográfiás mellrákszűrés és a kiszűrt hölgyek diagnosztizálása, a megfelelő terápia biztosítása. A MaMMA Klinika Rt. 1995. óta több mint 50.000 nő mammográfiás mellrákszűrését látta el, és így esett a Soros Alapítvány választása a klinikára.

A mammográfiás mellrákszűrés mellett a Soros Alapítvány felvilágosítást kíván végezni a 40 év feletti egészséges hölgyek körében a mellrákkal kapcsolatosan, amely a vezető halálok a női rákos megbetegedések között. A felvilágosító célja, hogy az egészséges nők igényeljék a mammográfiás mellrákszűrést rendszeresen 40 és 50 éves kor között évente, a felett másfél évente, ugyanis csak ezzel a módszerrel érhető el az, hogy a nem tapintható kis elváltozások felismerhetőkké váljanak, és a korai diagnózissal az emlőrák leküzdhető legyen.

Felajánljuk, hogy a Galgahévízen lakó 40 éven felüli hölgyek szűrését térítésmentesen elvégezzük. Az elvégzett vizsgálat eredményéről a polgármestert tájékoztatjuk. Tekintettel arra, hogy a mammográfiás mellrákszűrés lehetősége 2 hónapig áll fenn Gödöllőn, ezért a polgármesteri hivatal jelentkezésének sorrendjében tudjuk a hölgyeket fogadni. Kérjük, ha élni kívánnak a lehetőséggel, keressék fel a GALGAHÉVÍZI POLGÁRMESTERI HIVATALT ügyfélfogadási időben december 1-ig.

A Primavera Program keretében felvilágosító előadásokat és oktatást is szervezünk az egészségügyi szakemberek részére, amelyről folyamatosan tájékoztatást adunk.

Megjelenésükre számítunk.

Tisztelettel:

ÁNTSZ Városi Intézete Egyesített Egészségügyi Intézet
Dr. Papp Katalin városi tisztifőorvos
Szabadfalvi András igazgató

KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A rászoruló betegek nevében hálás szeretettel köszönjük mindannak a 45 nemes lelkű polgárnak áldozatos segítségét, aki vérevel lehetőséget adott életek mentésére az őszi véradó napon.

Várjuk őket jövőre is.

Dr. Basa Antal
orvos-polgármester





Az óvodában történtek



"Az idő már hűvösre jár,
Mégis sok-sok minden vár ránk!"

ÉLMÉNYDÚS PROGRAMOKBAN GAZDAG OKTÓBER

A napsütéses kora őszi időjárást kihasználva, október elején kirándulást szerveztünk az erdőre, ahová Molnár Bence apukája szállított minket. Amikor megérkeztünk, először a környezetben gyönyörködtünk, miközben a madarak hangját hallgattuk. Nagy lelkesedéssel nekivágtunk egyik célkitűzésünknek, a Szentandrás-domb megmászásának. Le a kalappal mindenki előtt, hiszen igazi "hegymászó"-ként viselkedtek a gyerekek. A domb tetejéről csodálatos látvány tárult elénk, amit távcsövön szemléltünk. Jutka óvónénivel bogarakat, rovarokat gyűjtöttünk, majd nagyítón keresztül vizsgáltuk azokat. Pihenésképpen énekeltünk, csemegéztünk és kipróbáltuk a visszhangjátékokat. A dombról lefelé jövet sokat nevetgélünk egymáson, hiszen volt olyan hely, ahol alig tudtunk megállni. A kiadós út után a tó partján sétáltunk, közben növényeket, terméseket gyűjtöttünk. Jólesett megpillantanunk Vanó Valentin apukáját, aki visszaszállított minket az óvodába, hiszen már nagyon fáradtak voltunk. Énekszóval, élményekkel telve vonultunk be csoportunkba. A kiadós ebéd után minden gyerek mély álomba zuhant.



Kirándulás a Szentandrás-dombon

A középsősök ez alatt az idő alatt Pintérné Kati óvónéniek gyümölcsös kertjében jártak új óvónénijük, Belovicsné Dobos Rita kíséretében. Ezúton is szeretettel köszöntjük Öt, és kívánjuk, hogy érezze jól magát körünkben! A gyümölcsfákon kívül megnézték a háziállatokat is. Nagy szennzációt keltettek a pulykák, valamint a körülöttük sétáló páva. Az óvodába visszaérve erről meséltek társaiknak.

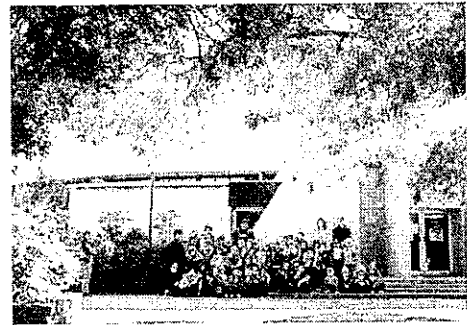


„Környezetismeret a gyümölcsös kertben“

A napsütéses, meleg idő után szinte hirtelen köszöntött be az igazi ősz. Előkerült a melegebb öltözék, fázósan, kipirosodva érkeztek a gyerekek reggelenként az óvodába. Mindez nem zavart

minket abban, hogy újabb kirándulásokon vegyünk részt. A középsősökkel együtt október 13-án a Gödöllői Művelődési Központban a "Jancsi és Juliska" című bábelőadást néztük meg.

A következő héten pedig Budapestre kirándultunk, ahol a Planetáriumban a "Nap és testvérei" című műsort láttuk. Szinte ámulatba ejtett mindnyájunkat! Végül az épületben kialakított Kínder kiállításon sétáltunk végig, ami szintén sok csodát rejtett számunkra.



A Planetárium előtt

Október utolsó fénypontja a csoportunk által rendezett szüreti bál volt. Lázasan készülődtünk a nagy napra. Péntek délelőtt ünneplőbe, népviseletbe öltözve, énekszó kíséretében jártuk végig a csoportokat, ahol kis ízelítőt adtunk a szüreti bál hangulatából. A kisbíró verssel hívogatta az óvoda apraját-nagyját a mulatságra. Csoportunkban őszi dalos játékokkal, versekkel kedveskedtünk vendégeinknek. Meglepődtek a felnőttek, amikor a nagycsoportos fiúk és lányok a nyitótánchoz kérték fel őket. Az önfeledt mulatozás közben pogácsát, őszi gyümölcsöket és a konyhas néni által készített fánkot kínáltunk. Úgy elrepült felettünk az idő, hogy észre sem vettük! A záró tánc után elköszöntek vendégeink, majd mindenki csoportjába vonult, ahol kipirultan, fáradtan láttak az ebédhez.



„Szüreti multság“

Úgy érzem, nincs nagyobb öröm, mint mikor egy gyermek szemében látjuk a csillogást, ragyogást, érdeklődést. Igyekszünk minél több ilyen percet, órát, napot tölteni velük!

Bagóné Darnyik Anikó



Az általános iskolában már halmozottan jelentkező esetek kapcsán: A RÜHÖSSÉGRŐL

A szeptemberi tanévkezdés óta az általános iskolában az összes évfolyamot számbavéve 7 esetben fordult elő rühös (scabieses) bőrfertőzés.

Azért, hogy elejét vegyük a további megbetegedéseknek, néhány szóban közlésszük a betegség jellemzőit és a kezelés pontos menetét.

A rühösséget az ember bőrén megtelepedő atkafaj okozza. Az atka nősténye a megtermékenyítés után befúrja magát a bőr hámrétegébe és a fűrt járatba rakja a petéit. A nőstény a hámrétegben néhány hétig él. Petéiből 3 hét alatt kelnek ki a lárvák. A betegség legfőbb tünete a viszketés, melyet az atka testanyagaira a szervezet által fellépő allergizálódásnak kell tekinteni. A bőrtünetek szintén allergiás reakciónak felelnek meg. Amíg az allergizálódás a szervezet részéről ki nem alakul, a fertőzött személy akár 1-2 hétig is tünet- és panaszmentes.

A rühösség emberről emberre közvetlen érintkezés kapcsán terjed (kézfogás, egy ágyban alvás, egymás ruhadarabjainak viselése).

Tünetei: legfőbb tünet a heves, kínzó viszketés, amely melegben kifejezettebb. A bőrön 1-1,5 mm átmérőjű apró kiemelkedő göbök jelennek meg. Sok helyütt pontszerű hámlások vannak a vakarózás következtében.

Mindig keresni kell az atka járatát. A nőstény akár 10-20 mm hosszú zegzugos járatot fúr az epidermisben (a bőr szarurétegében), amelynek színe a lerakott peték és a kívülről bejutó szennyeződés miatt piszkos barna.

Típusos előfordulási területek: általában mindenütt, ahol



a bőr és a száru vékony. Így a csuklótáj, kézujjak köze, a tenyér széli része, a könyök-, keresztcsonti-táj, a köldök területe, a nemi szervek bőre, a hónalj, kisgyerekeken a talp bőre. A kiütések felülfertőzhetnek gennykeltő baktériumokkal, ótvar, kelés alakulhat ki. Minden testszerte jelentkező viszketés esetén rühösségre is kell gondolni. A környezet vizsgálata (családtagok, iskolatársak, munkatársak, nemi partner) rendkívül fontos.

Kezelés: gyógyszerárban beszerezhető emulzióval (25%-os benzinbezoátot tartalmaz). Melegvizes, szappanos fürdés után az egész testet – kivéve az arcot – a folyadék fele mennyiségével alaposan be kell dörzsölni, hagyni a bőrre rászáradni, majd fél óra elteltével a megmaradt fél üveg emulzióval ugyanezt a bedörzsölést meg kell ismételni. Ezt követően 24 óra múlva meleg tisztasági fürdő, fehérnemű- és ágyneműváltás, valamint a ruházat forró átvasalása szükséges. Sok esetben az egész kezelést újabb 1 nap múlva meg kell ismételni.

A kezelést a családtagokon és a szexuális partnereken is el kell végezni. A vakarózás miatt elgennyeződő, varas kiütésekről a varak, pörkők neomagnol-oidatos – kamillás leáztatása szükséges első lépésben, majd a sebalapok kenőcsös kezelése. A körmöket rövidre kell vágni.

Az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat fertőző betegségekről szóló rendelete értelmében a megfelelő kezelésen átesett gyermek iskolai közösségbe engedhető.

Dr. Majoros Valéria
gyermekgyógyász szakorvos

TISZTELT GYERMEKSZERETŐ GALGAHÉVÍZIEK!

Akarnak-e segíteni bajba jutott családok gyermekein?
El tudják-e képzelni, hogy átmeneti időre egy ilyen
gyermeket befogadjanak a saját családjukba?

Akár Önök is lehetnének!

Amennyiben igennel tudtak válaszolni a fenti kérdésekre, akkor a helyettes szülői tisztség vállalását javasoljuk Önöknek!

A helyettes szülő:

- az a személy vagy rendezett család, aki az átmenetileg nehéz helyzetbe jutott család gyermekét otthonába fogadja;
- képes biztosítani azt a gondoskodást, amit a vérszerinti szülők pillanatnyilag nem tudnak nyújtani;
- biztonságos, családi életet és körülményt teremt;
- életvitelével követendő mintát nyújt a gyermekek számára;
- szeretettel gondoskodik a gyermekről.



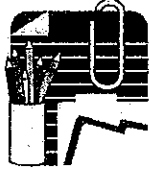
Amennyiben felkeltettük érdeklődésüket, felvilágosítás és személyes beszélgetés céljából az alábbi címen lehet jelentkezni:

**Tura-Zsámbok-Galgahévíz-
Vácszentlászló Gyermejjóléti- és
Családsegítő Szolgálat
Galgahévíz, Dózsa Gy. u. 36.
(Egészségház)**

vagy telefonon: 8-10 óráig (28/461-087)

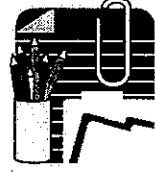
Mácsay Sándorné
védőnő
Gyermejjóléti- és Családsegítő Szolgálat





SULI-HÍREK

NOVEMBER



Bemutatkoznak másodikosaink...



2. a. osztály



2. b. osztály

A nyári szünet vége felé már találgattam, vajon mennyit nőttek, komolyodtak a tavalyi elsősök. Ők is várták már a találkozást, az iskolaszagot. Az évnnyitő ünnepségen fegyelmezetten, kíváncsian hallgatták az óvodások műsorát, az igazgató úr köszöntőjét. Ekkor még csak az ünnepélyességre, a viszontlátás meghittségére gyanakodtam, de az első tanítási napon ez a szokatlanul példás fegyelmezettség folytatódott.

Azt gondoltam, ez már egész évben így lesz: csendes, minden szabályt betartó, katonás rendben sorakozó gyerekek indultak a 2. osztályba. Minden tanítót átma valósulhatott volna meg, de néhány nap után kezdtek a kicsik magukra találni, és – bevallom – örültem neki. Igaz, hogy kicsit zajosabban, ficákolósabban, de vidáman folytatódott a tanulás. Nekem már "csak" egy dolgom maradt: ezt a mindig érdeklődő, kedves, új élményekre szomjas osztályt ne engedjem ellustulni, ébren tartsam bennük a mérhetetlen tudásvágyat.

"Ez a mi dolgunk, s nem is kevés."

*Ruffné Basa Rózsa
tanítónő*

Az osztály létszáma 15 fő; ebből 7 fiú és 8 lány.

Jószívű, játékos, cserfes gyerekek. Értelmeseek, nyitottak, vidámak, de túlságosan elevenek is. Tanulmányi eredményük megfelelő, csak kettő diák munkája nem éri el a kívánt szintet.

Az olvasás, írás kezdeti nehézségein sikeresen túljutottak, s most már szívesen mesélnek, olvasnak egymásnak meséket, történeteket. Kedvenc tantárgyuk az olvasás, de szívesen énekelnek, rajzolnak és tornásznak. A további jó eredmények eléréséhez erősíteni kell az önfegyelmüket és szorgalmukat. Gyűjtő munkába szívesen és önként bekapcsolódnak.

Most a "Petőfi szavalóversenyre" készülünk. Hamarosan a Planetáriumba kirándulunk. Szeretnénk, ha a Mikulás-Ünnepség is jó hangulatban telne el.

*Kuti Józsefné
osztályfőnök*



SPORTEREDMÉNYEK



Október hónapban több sportversenyen is részt vettek tanulóink, melyeken szép eredményeket értek el. Október 2-án a GALA Alapítvány által szervezett kistérségi sportnap keretében, kerékpáros túraversenyen szerepelt három tanuló. Lados Szilvia, Mészáros Máté és Péli Zoltán. Valamennyien 7. osztályosok. Péli Zoltán az ifik között 3. helyezést ért el. Október 12-én edzőmérkőzést játszottak kézilabdás lányaink a hévízgyörki iskola csapatával, melyen 12:10 arányban nyertek. Csapatunk alakulában van, hiszen a tavalyi 8-dikos lányok már nem játszhatnak benne, s így elég sok 5. osztályos került a csapatba. Október 28-án Aszódon úszóversenyen vettek részt, ahol szép eredményeket értek el a 30-40 fős mezőnyökben. Vanó Archibald egy 1. és egy 2. helyezést (4. b. osztályos), Péli Anita (3. oszt.) 1. helyezést, Szél Anita (3. oszt.) 2. helyezést, Szlucska Petra (4.b.) 3. helyezést. Az úszást Csányi Lászlóné szervezi, s a versenyekre is a tanítónő kísérte a gyermekeket. Gratulálunk az eredményekhez!

Ennek a hónapnak legnagyobb versenye a mezei futóverseny volt Ikladon, ahová 10 iskolából érkeztek a versenyzők, s korosztályonként 45-50 fős

mezőny gyűlt össze. Régen nem volt ennyi résztvevője egy körzeti iskolai versenynek.

A résztvevő 10 iskola: Aszód Csengey, Aszód II., Aszód Evangélikus Gimn., Vácsezentlászló, Zsombok, Verseg, Bag, Domony, Iklad, Galgahéviz.

EREDMÉNYEK:

Alsós lányok (1500 m távon): Molnár Mónika 25.; Szlucska Petra 27., Péli Anita 28., Maka Nikolett 33., Horváth Noémi 24.

Csapat: 6. hely

Fiúk (1500 m távon): Baranyi Krisztián 4., Vanó Archibald 16., Kele Ádám 21., Pécz Árpád 36., Császár Péter 40.

Csapat: 6. hely

5-6. osztályos lányok (1500 m-es távon): Szilágyi Dóra 3., Oravec Mária 6., Bolbás Csilla 8., Bibók Barbara 14., Vidák Zsanett 38.

Csapat: 1. hely

5-6. osztályos fiúk (2200 m-es távon): Bencze Máté 34., Keserő Bálint 43., Nagy Gábor 44., Sági Milán 47.

Csapat: 8. hely

7-8. osztályos lányok (2200 m-es távon): Bolbás

Gyöngyi 7., Jamrich Georgina 27., Györfi Beatrix 28., Such Veronika 29., Gregus Ildikó 41.

Csapat: 8. hely

7-8. osztályos fiúk (3000 m-es távon): Lendvai Bálint 6., Kustra Norbert 18., Fercsik Krisztián 21., Vaigel Gergely 25., Raffai Zsolt 34.

Csapat: 3. hely

A 10 iskola közötti csapatversenyben iskolánk csapata 3. helyezést ért el. Gratulálunk tanulóinknak az elért eredményekhez, s reméljük, lelkesedésük még sok szép sikert hoz iskolánk számára.

*Balla Mihályné
testnevelő*

Versmondó-verseny Petőfi Sándor verseiből

1-2. osztály: I. Szokol Noémi; I. Szabó Nikolett
II. Mácsai Martina

III. Veres Balog Melinda

3-4. osztály: I. Gódor Dorottya; II. Gódor Erika;

III. Tóth Brigitta; III. Óvári Mónika

A verseny szervezője: Kersch Gyuláné





NÉPFŐISKOLAI HÍRADÓ

1999. NOVEMBER



OKTÓBERI SZÜLETÉS NAP A NÉPFŐISKOLÁN



1999. október 19-én este ünnepeltünk. Eljött közénk Gódor András a népfőiskolát köszönteni, Maczkó Mária énekelni, jógásaink bemutatkoztak, salátáztunk és beszélgettünk, majd Falvay Károly érdekes háttérelmezését hallgattuk meg a gyerekdalok és versek szimbólumairól. Így tudtuk meg, hogy az Eszterlánci nóta leányok játéka, a selyemzsinór az életfonal (s a halál is) s a pénz, a karika a nőt jelképezi. Ezek a dalocskák készítették fel a leányokat a nővé válásra, s hogy milyen mély tartalmuk van, ma már nem is tudjuk.

Eljöttünk 53-an, csendesen és meghittén ünnepeltünk, jó volt Veletek. A Gyermekkuckóban ezalatt gyönyörű Kapla várat építettek a gyerekek. Köszönök minden segítséget Györgyinek és családjának, Ibolyának, Ancsa óvó néniének, Éva óvó néniének, Böbének, Gyuri-nak, Kati óvó néniének, Ilonka néniének. A salátákat a háziasszonyoknak, a tombolafelajánlásokat a segítőkész galgahévízi vállalkozók-nak ezúton is köszönöm. Bízom benne, hogy még sokáig így együtt dolgozhatunk és tanulhatunk a Galgamenti Népfőiskolán.

Visszaemlékezés a népfőiskola galgahévízi hőskorára

(Erősvári Pál és Mészáros István emlékei - 1999. október 12.)

1989-92 között nem telt el úgy hét, hogy Katikával 2-3 órát egy héten ne ültünk volna együtt, tervezgettünk, beszélgettünk. Olyat akartunk tenni, amire felfigyelnek az emberek. Orosz Katalin és a meghívott előadók felkavarták az állóvizet. Volt itt Tölgyesi Péter, Makovecz Imre, Pozsgai Imre, mind arról beszéltek, hogyan kellene megváltoztatni a betokosodott viszonyokat, a maguk szakterületén átszűrve. Pozsgai Imre Nagy Árpáddal keveredett polémiába, mire Pozsgai olyasmit mondott, hogy "Megértem az Ön gondolatait, Atya, de én olyan vagyok, mint a kígyó, le akarom venni a kígyóbört, mert megfojt!" Szintén ő volt, aki olyan átalakulást sürgetett, ahol nem az előző sarzsit nézik, hanem, hogy most mit tesz az ember.

Mondja Pali bácsi, feltétlenül megérdemli Bankó László, hogy megemléssük, mert az ő ötletei, koreográfiái minden közös rendezvényen sokat emeltek a színvonalon.

NOVEMBERI PROGRAMOK

Nov. 3. (szerda) 18 óra

Kineziológia bevezető előadás (nagyterem - ingyenes)
előadó: Tóth Miklósné - Kineziológiai Központ

Nov. 9. (kedd) 17.30 óra

Nyitott tréning megbeszélés és relaxáció
(emeleti terem - 600 Ft)
vezető: Orosz Katalin

terv: Nov. 10. (szerda) 14-16 óra

Iskolai komposzt-nap a négy társult községnek
HUMUSZ kiállítás látogatása Gödöllőn, a Piac téren

terv: Nov. 24. (szerda) 10-12 óra

Óvodai komposzt-nap Turán
Csütörtökönként 18-20-ig Jóga foglalkozás
(emeleti terem - 500 Ft)
vezető: Kovács Zsuzsa Drölma

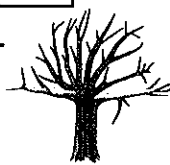
Péntekenként 18.30-20-ig

Németóra (emeleti terem)
tanár: Boda Helga

Itt volt 1992-ben Czine Mihály irodalomtörténész, ő a XX. századi irodalom felől közelítette meg a változásokat, s bár protestáns vallású, mégis paraszt származású, nagyon jól rezonált a hallgatósága arra, amit elmondott.

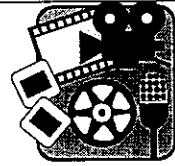
Aztán itt volt Győri Béla, mondja Pista bácsi, aki a Vasárnap Újság Kossuth Rádió-beli műsor első főszerkesztője volt. Sose feledem, hogy ebben a műsorban hangzott el, milyen furcsa nép is vagyunk mi magyarok. Ausztráliába kivándorolt '31-es magyar kolónia nem fogadta be a '45-ös kivándorló magyarokat, aztán mire nagy nehezen összecsiszolódtak, az '56-osokat közönsítették ki. Sírva számolt be erről Győri Béla, és szomorú, hogy ilyenek vagyunk.

Szintén 1992-ben itt tartotta a Tudományos Akadémia kihe-lyezett ülését, itt volt Buda Béla, Korzeniczky bencés apát úr. A biotermelésről Pista bácsi: "Bizony azok, akik szakmájuk szerint jól tudták, milyen veszélyesek a növényvédőszer-ek nem álltak e mellé a gondolat mellé. Nekik kellett volna leginkább támogatni, hisz ez az új módszer az unokáinknak lesz jó. Sok galgahévízi 50-60 éves férfi halálát okozta a túlzott vegyszerezés. Állandó és most is fennálló a torzsalko-dás. Vajon hol feneklett meg a dolog? 10 éve nem is gondol-tuk, hogy ilyen padlón lesz a mezőgazdaság, és az új mód-szerek bevezetéséhez nagyon sok állami támogatás kelle-ne."
Lejegyezte: S. Nagy Andrea





Kultúra, művelődés, szórakozás



Kirándultunk...

Hideg napra ébredtünk október 17-én, ám ez senkit sem tartott vissza attól, hogy elmulassza az Ópusztaszerre tervezett kirándulást.

Kora reggel indult a busz, s mindenki a megbeszélten helyen hátizsákokkal, táskákkal felpakolva várta az indulást. Sofőrünk pontos volt és jól vezetett. A kirándulást eredetileg a nyugdíjas klub szervezte, ám a nyugdíjasok mellett sok fiatal és gyermek is részt vett a programon.

10 óra körül érkezünk meg Magyarország közepére. Első programként fakultatíván mindenki megnézhetette a nemzeti parkot, ahol számos érdekesség és látnivaló tárult a szemünk elé.

A régi időket idézték az épületek és a kiállított tárgyak. A szatócsboltból mindenkinek – aki még emlékszik rá – azonnal eszébe jutott a régi galgahévízi Göetz bolt, ahol mindent lehetett kapni, még krumplicukrot is. A működő pékségben házi készítésű pogácsát, kenyeret és süteményeket árultak. Megnézhettük a régi postát, valamint a közigazgatási intézményeket: a jegyző irodáját, a bíróságot. Egy malmot is telepítették ide,

ahol egy idős bácsi készségesen elmondta, hogyan is örölték a lisztet akkoriban. Számos házat láthattunk berendezve a különböző foglalkozások szerint. Láttuk, hol szórakoztak a faluban élő emberek, milyen eszközök voltak a borbély-, mai fodrász-, üzletekben, hogyan és milyen eszközökkel tanultak elődeink.

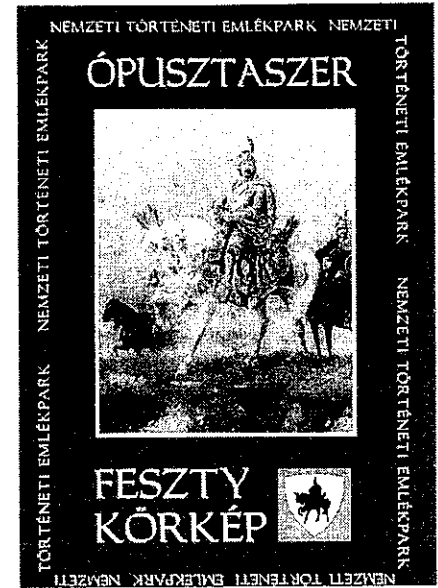
A parkban modern kivitelezésű fából készült kiállítótermekben mutatták be a növény- és állatvilágot, valamint az egyik építményben makettekkel illusztrálták népünk jelentős történelmi eseményeit, kezdve Attilától egészen 1956-ig.

Délután 1 órakor következett a nap fénypontja, amikor is végre megnézhattuk, ill. meghallgathattuk a Feszty körképéről szóló előadást. A műsor nem tartott tovább húsz percnél, de mindenkiben maradandó élményt hagyott a látvány, a csodálatos festménnyel és a honfoglalás korát idéző tereppel. Szinte magával ragadta az embert, mint ha ő is részese lenne az eseményeknek. Az előadás után még megnézhattuk a Panoptikumot is, ahol régi nagyjaink élethű szobrait láthattuk.

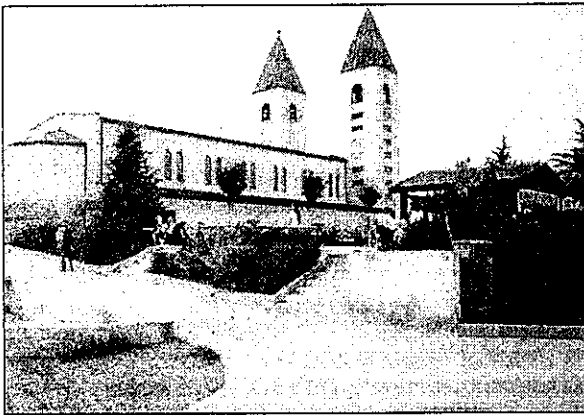
Ebéd után élményekkel gazdagon indulunk haza.

Köszönjük a szervezőnek – Csákány Lászlónénak –, hogy feledhetetlenné tette számunkra ezt a vasárnapot.

Részvevők



MEDJUGORJEI ZARÁNDOKLAT



Október 11-14-ig zarándokúton voltunk Medjugorjében. Ez a település Bosznia-Hercegovina területén fekszik, horvátok lakta vidéken. Itt az állítások szerint – melyek kivizsgálása folyamatban van, de melyről végleges döntést az egyház még nem hozott – 1981. június 24-e óta rendkívüli események történnek. Eszerint 18 éve minden áldott nap Szűz Mária jelenésének tanúi lehetnek az arra kiválasztott horvát fiatalok. Régebben 6-an, most pedig már csak 3-an.

A kezdetkor még szinte gyermekek voltak a látók, most már 30-35 évesek. 4 lány és 2 fiú. Általuk a Szűzanya bizonyos üzeneteket, kéréseket tolmácsol az emberiség számára. Buzdít a bensőséges, szívből jövő imádságra, bűntre, bűnbánatra, Isten és egymás iránti szeretetre. Ezek a felszólítások teljesen egyeznek az evangéliummal.

A látók azt mondják, hogy a Szűzanya mint a "Béke királynője" mutatkozott be, ezzel is kifejezve óhaját ebben a soknemzetiségű és különböző vallású országban az áhított béke iránt. Medjugorjét a világ számos részéről valóban milliók keresik fel, ahonnan kegyelmekben gazdagodva, sokszor egészen más emberként térnek vissza hazájukba. Medjugorje igazi csodája ez a lelki csoda: a sok megtérés, a hatalmas közösségben bemutatott szentmisék, áhítat, a sok imádság, engesztelés, szentgyónás, szentáldozás, a jó Isten és a Szűzanya iránti szeretetben való felbuzdulás.

Mint Máriabesnyőre vagy Mátraverebélyre mindig visszakíváncozunk, úgy kíváncsiaknak Medjugorjéba is azok, akik ott a kegyelem ajándékaiban részesültek.

Mi, katolikus emberek tudjuk, hogy a Szűzanya közbenjárónk Szent Fiánál. Azt akarja, hogy mind hallgassunk Szent Fiára. Nekünk is azt mondja, hogy tegyük azt, amit mond Szent Fia – ugyanúgy, mint a kánaai mennyegzőn mondta a szolgálónak.

Nekünk magyaroknak még inkább fiúi kötelességünk tisztelni a Szűzanyát. A családi otthonunkban, egyházközösségünk templomában vagy bármely helyén is fordulunk meg a világnak, hiszen minket az Úr Jézus mellett első királyunk, Szent Ist-

ván is órá bizott.

Máskülönben a zarándoklat igen bensőséges, meleg légkörben zajlott. Az autóbuszon is sokat imádkoztunk, énekelünk közösen, de a hosszú úton jutott idő a jókedvű együttlétre, beszélgetésre is. A jó hangulathoz nagy mértékben hozzájárult Dlubala Robert atya kitűnő humora, közvetlen kedvessége is. Ezúton is szeretnénk megköszönni, hogy velünk tartott mint lelki vezetőnk, zarándoklatunkat lelki élménnyé tette.

Isten segítségével megjártuk a 2×1.000 km-es utat szerencsésen, és mindnyájan lelkiükben gazdagodva, hitünkben megerősödvé tértünk haza otthonainkba.

Köszönet illeti még Hóka Sándornét, aki fáradságot nem sajnálva szervezte helyileg a zarándoklatot, és egész idő alatt szívesen vállalta az utazással kapcsolatos tennivalókat a Makrovilág Utazási Irodán belül.

A jelentések hitelességéről, természetfölötti eredetéről az hivatott döntést mondani, akire Jézus egyháza vezetését bízta. A Szentatya, bizonyára, ha a kivizsgálások nyomán meggyőződik azok isteni eredetéről megbízottjain keresztül, akkor fog nyilatkozni. Ebben teljesen rábízunk magunkat.

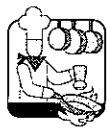
Azt azonban sem ő, sem más nem tiltja, hogy a teremtett világ bármely részén a jó Istennek járó imádsást és a Szűzanya iránti szeretetünket, tiszteletünket kifejezzük.

Ha Medjugorjéba látogat valaki, kérje ott is a Szent Szűz pártfogását családjaink, magyar hazánk, a világ békéjéért, boldogságáért.

Béke Királynéja, imádkozz érettünk!

-l-e-r





GASZTRONÓMIAI PALETTA



Magyar tekertészta-leves

Hozzávalók 4 személyre:

2 db tojás
 50 g sertészsír
 1 db vöröshagyma
 1 db sárgarépa
 1 db fehérrépa
 200 g burgonya
 100 g húsos, füstölt szalonna
 zellerzöld, petrezselyemzöldje
 só, bors, fűszerpaprika, majoranna, liszt



Egy tojásból és lisztből, csipet sóval gyúrt tésztát készítünk, majd kinyújtjuk. A sertészsírt elkeverjük a másik tojással, csipet sóval és borssal. Ezzel a keveréssel átkeverjük a kinyújtott tésztát, majd kb. 5 cm-es csíkokra vágjuk. A csíkokat hosszirányban feltekerjük, csavar alakban megpödrjük, majd éles késsel 2 cm-es darabokra vágjuk. Míg a levesalap elkészül, pihentetjük. A füstölt szalonnát apró kockákra vágjuk, kiolvasztjuk, hozzáadjuk és átpirítjuk a finomra vágott vöröshagymát, majd a kockára vágott zöldségeket és a burgonyát. Kevés fűszerpaprikával megszórjuk és vízzel felengedjük. Sóval, borssal, majorannával ízesítjük, meghintjük finomra vágott petrezselyemzölddel és zellerzölddel. Amikor félig megfőtt, beletesszük az előre elkészített tekert tésztát. Lassú tűzön készre főzzük.

Káposztás tésztával töltött kacs

Hozzávalók 4 személyre:

1 db konyhakész kacs
 200 g kockatészta
 2 dkg cukor
 5 dl olaj
 500 g káposzta
 bors, majoranna, só
 2 db tojás
 200 g sárgarépa
 200 g gyökér
 20 g vaj



A kacsát felvágjuk a hátán és kicsontozzuk. Kiterítjük, a fölösleges zsírokat levágjuk, téglalap alakúra formázzuk. Sózzuk, majorannával megszórjuk.

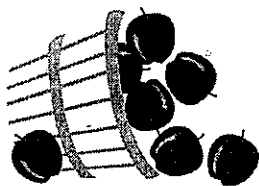
A káposztát leereszeljük, sózzuk, állni hagyjuk, majd kicsavarjuk. Lábasban cukrot barnítunk, ráöntjük az olajat, beletesszük a káposztát, frissen őrölt borssal fűszerezzük és kevergetve puhára pároljuk. Ha kész, összekeverjük a kifőtt tésztával és a 2 db felvert tojással. A káposztás tésztát ráhelyezzük a kacsára, majd összevarrjuk a bőr széleit.

Fóliába tekerjük és sütőben sütjük 130°C-on kb. 50 percig, majd a fóliát levéve sütjük locsolgatva, míg megpuhul. Rövid ideig állni hagyjuk. Így könnyebb lesz szeletelni. Főtt sárgarépával és gyökérrel tálaljuk, amit vajban átforgatunk.

Gesztenyés - almás tásk

Hozzávalók 4 személyre:

1 csomag mirelit vajastészta (500 g)
 4 db közepes nagyságú alma
 250 g gesztenyepüré
 3 dl rum
 fahéjas porcukor
 2 db tojás



A vajastésztát kb. 3 mm vastagságúra kinyújtjuk és 8 egyenlő négyszögletes téglalapra vág-

juk. A meghámozott, kimagozott almákat 1 cm vastag karikákra vágjuk úgy, hogy 16 db karikát kapjunk. A gesztenyepürét rummal elkeverjük és 8 egyenlő részre osztjuk. 2-2 almakarikát összerakunk gesztenyepürével, majd a tésztalapok közepére helyezük. Fahéjas porcukorral meghintjük, s körbekenjük felvert tojással az alma mentén. A tésztaszéleket középre egymásra hajtjuk, akár a túrós táskánál. Felvert tojással lekenjük, villával megmunkáljuk és sütőlapra téve 220°C-on kb. 10-12 perc alatt készre sütjük. Fahéjas porcukorral meghintve tálaljuk.

Jó étvágyat kíván:

Tekete Antonió

szakács



Galgamenti Népfőiskola "Közhasznúsági jelentése" 1998.

Számvetési beszámoló

1998. évi kiadások

telefon, posta:	168.564 Ft
szolgáltatás:	
(áthidaló ösztöndíj, energiahozzájárulás is)	157.200 Ft
papír-írószer, könyv:	88.996 Ft
élelem:	41.346 Ft
utiköltség:	153.245 Ft
egyéb:	81.004 Ft
komposztaprító:	90.000 Ft
<u>személyi jelleget:</u>	<u>311.910 Ft</u>
Összesen:	1.092.650 Ft

A kiadások forrása egyrészt 1997-ről maradt meg. A pályázati pénzek 1999-re is szólnak.

Vagyonfelhasználás kimutatása:

- anyagi javak felhasználása a számvetési beszámoló szerint,
- eszközök felhasználása rendeltetés szerint.

Cél szerinti juttatások kimutatása:

- 3.000 Ft Révész Istvánné Női-férfi kapcsolatok - mentálhigiéniés anyag készítése
- 45.000 Ft Nagy Andrea a közhasznú státusz szüneteltetésének áthidalására

1998. évi bevételek

Alapítványi támogatás:	917.185 Ft
Szja 1%:	20.119 Ft
kamat:	23.906 Ft
<u>saját bevétel:</u>	<u>296.192 Ft</u>
Összesen:	1.257.402 Ft

Központi költségvetési szervtől, állami pénzalapból, helyi önkormányzattól stb. kapott támogatás mértéke: 0 Ft,

kiegészítés: az önkormányzat alkalmazza a népfőiskola titkárát közhasznú munkásként, ezzel közvetetten támogatta a népfőiskolát 418.000 Ft-tal, ez nem jelenik meg bevételként.

Beszámoló 1998.

Pedagógus program

1997 őszétől óvoda- és iskolapedagógusoknak esetmegbeszélés. Előadások: iskolaérettségi vizsgálatról, a hiperaktivitásról. Családterápia: 1998. május 16-17-én.

1998 nyarán két tréning a Gödöllői Mentálhigiéniés Egyesület szakemberei vezetésével, 14 pedagógus részére.

Jóga tanfolyam

1997 őszétől 1998. június 25-ig tartott ebben a tanévben. 1998 őszén indult újra, előbb Hatvanban, majd novemberből újra Galgahévízen.

Nyelvtanfolyam

1998 januárjától a német nyelvtanítás folytatódott kezdő és haladó szinten. Nyári szünet után egy erős haladó csoport maradt, akik ősztl együtt tanulnak újra Boda Helgával.

Autogén tréning

1997 őszétől 3 csoport indult, ők is 1998. június közepéig dolgoztak együtt. 1998 novemberében két csoport ment, kétéltű váltással. Emellett a személyiség-fejlesztésre alkalmasított néhány kihelyezett tanfolyam, mint a TPW 1, a meditációs nap, majd a TPW 2. Transzformáció játékokra kétszer került sor.

Baráti Kör

1997 októberében alakult meg. Az 1998 tavaszi meghívásra 25-en érkeztek, a bioételek, az élelmiszeradalékok, kozmetikumok témára. Emellett papírgyűjtést és ruhagyűjtést szerveztünk. Csordás Ilonka néni segítségével a gyermekmegőrzést is tudtuk biztosítani. Az évszázó összeállításánál, Évszázónkon 40 ember vett részt. A halálközeli élményekről hallottunk előadást Pilling János pszichiátertől. November 29-én adventi Baráti körrel búcsúztunk. Reformkonyha volt a téma, valamint saját adventi koszorú készítése. Gyermek-kuckókba a belépő továbbra is az újságpapír-köteg volt.

Gyógyító játékok

Asztmás, allergiás, immunrendszerükben gyenge óvisok, kisliskolások, szülei és pedagógusai részére, kifejezetten galgahévízi családokat hívtunk el 1998. április 1-én 8 szülő jött el. A folytatásban a gyerekek óvodai munkáját segíti majd az előadó.

Környezetvédelmi szemléletformálás

1998 márciusában a Lakosság Hulladékhasznosító Egyesület vándorkiállításra az iskolában és az oviban. Áprilisban Turán szerveztük az első regionális Föld napját 350 gyermek megmozgatásával. Óvodások „Hulladékból mást” tárgyakkal pályáztak, az iskolások a hulladékokról és a helyzetről rajzoltak. Elindulhatott az iskola segítségével a faluszintű papírgyűjtés. Köszönöm a többi intézménynek is a papír kölöngygyűjtést. Az igazgató úr a későbbiekben alkalmankénti gyűjtéseket kezdeményez, ahogy ez május 9-én is volt. Különgyűjtő hordókat segített az önkormányzat és a népfőiskola beszerezni az óvodába. Az iskola, amint erre úgy érzi, tudnak helyet találni, szintén kap.

Komposztálás

1998. május 5-én élő órát szerveztünk a témában az iskolai biogazdálkodás programhoz kapcsolódóan. Erre végül biológia és technika szakos tanárok jöttek el. Szeptemberben komposztaprító bemutató, novemberben Komposzt-buli volt 200 gyermeknek. Délelőtt az „Aranytarajás kiskakas” előadásra, a komposztal ismerkedésre és gyümölcs, zöldségkóstolóra jöttek el

10 óvodából az óvisok. Termésképekkel készültek előzetesen, melyek 12 ravánt töltöttek meg. 2 iskola jött el, a turai komposztálás történetéről hallottak, majd a komposztaprítást is kipróbálták.

Étolajgyűjtő hordó az ovikonyhában

Az óvodában használt étolajat gyűjtő hordó került kihelyezésre, egyrészt a falura főző konyha zsiradékainak gyűjtésére, másrészt a falubeliek is leadhatják itt az étkezésre már alkalmatlan zsiradékokat.

Öko-Info

Rendszeres Öko-Infot, környezetvédelmi híreket, eseményeket havonta állítok össze és postázok a környező települések iskolái, óvodái részére. Országos, regionális, helyi hírekkel, információkkal szolgálunk a zöld programokról. Ebben reklámoztuk például a bagi iskolában tanító Fodorné Gyalog Éva tanárnőt, aki környezetvédelmi és állampolgári ismeretek tréninget tart. Nagyon köszönöm az iskolaigazgatóknak, hogy meghívták egy ilyen tréning tartására, és a 15 pedagógusnak, akik lelkesen részt is vettek a foglalkozásokon.

Együttműködés

A védőnő az általunk gyűjtött ruhákat helybeli rászorulóknak juttatja el. A háziorvosi szolgálat a hepatitisz kapcsán kérte segítségünket, így mi plakátokat készítettünk és tettünk ki az iskolai-óvodai szülők tájékoztatására szóló rendhagyó szülői értekezletről.

Az óvodában zajló Baba-Mama Klubba 8-10 szülő megy le kisgyermekével kéthetente szerdánként. Kertész néni segítségével tavaszi kertfrissítés zajlott és a komposztkeret is felállításra került az ovikertben.

Októberben a Galga-menti óvodavezetők munkaközösségének felítettük le a Füstifecske óvoda videóját, mutattuk be a komposztaprítót.

1998-ban négy pályázatunk volt sikeres. Ökotárs az Öko-Info folytatására adott anyagiakat, a Milieukontakt a környezeti tanácsadásra, a FÖK a komposztaprítóra, a REC-USAID programa Föld Napra és 10 darab új komposztkeretre. Ez a program, az Ökotársé és a Milieukontakté átnyúlik 1999-re.

Zöld telefon

Elindult ősztl a zöld telefon szolgáltatás - környezetvédelmi tanácsadás és a térség vállalkozóinak feltérképezése. Rendszeresen megjelent az Öko-Info, kibővítettük a címzeteket a hivatalokkal és a civilekkel.

Egyebek

Mindent összevetve 90 látogatási bizonyítványt állítottunk ki a '97/98-as tanév során. Alapítványunk a közhasznú státuszt megkapta szeptember 28-án. Alapvető alapszabály-módosításunk a Felügyelő Bizottság létrehozása, az összeférhetetlenségről, és a közhasznúságot bizonyító tevékenységeinkről. 3 tagú Felügyelő Bizottságunk: Péli Márta, Vizi Györgyi és Molnár Csaba. Egész eddigi munkánk segítségét és támogatását köszönöm a Baráti Körösöknek, népfőiskolásoknak, a helyi intézmények vezetőinek és dolgozóinak. Anyagiilag támogatták munkánkat a 97/98-as tanévben: a Közoktatási és Modernizációs Közalapítvány, a Nermzeti Kultúrállal Alap, az Ökotárs Alapítvány, valamint helybeliek és környékbeliek adományokkal: Vizi Györgyi, Kovács Mihály és Ágnes, Fábán Tiborné, Dr. Jancsy György, a Galgafarm Szövetkezet és mindazok, akik 1997-ben illetve 1998-ban a népfőiskola részére ajánlották fel személyi jövedelemadójuk 1 százalékát. Köszönjük!

S. N. A.



Kis kezek - Nagymesterek - Ötletek

MESTERFOGÁSOK A KONYHÁBAN:

- Szébb, jobb és vitamindúsabb lesz a húslevesünk, ha egy sárgarépat lereszelünk, kevés olajon megpárolunk, majd húslével felforraljuk. Ha már szép sárga, a leveshez öntjük.
- Ha húsgombócot főzünk a levesbe vagy fasírtot készítünk, a masszát ne kanállal formáljuk, hanem langyos vízben nedvesített tenyérrel. Így a gombóc egyenletesebb és simább lesz.
- Ha a megsütött hús már szép piros, de még nem puha, locsoljuk meg egy-két kanálnyi ecettel. Ennek hatására a kötőszövet rostjai megduzzadnak, és a hús hamarosan megpuhul.
- Ha bármit sütünk alufóliában, ügyeljünk arra, hogy ne legyen túl szoros, mert a meleg levegő széfészítheti.
- Ha alufóliával fedjük le az ételt, sokáig meleg marad, de megbőrösödik. Szúrjunk rá ezert néhány lyukat, hogy a gőz elillanjon.
- Omlettet zsír nélkül is süthetünk. Két-három evőkanál tejet forraljunk fel a palacsintasütőben, majd a jól felkevert, megszózott tojásokat öntsük bele. Keverés nélkül süssük meg.
- Süteményhez, ha vaj helyett margarint használunk, 20 %-kal többet tegyünk a megadott mennyiségnél.
- Ételek ízesítésére – például mártásokhoz vagy salátákhoz – tejföl helyett joghurtot is vehetünk, ez kevesebb kalóriát tartalmaz. De joghurttal már nem forralhatjuk az ételt, mert megtúrósodik!
- A tehéntúrót gombóchoz, süteményekhez hamarabb áttörhetjük, ha húsdarálón eresztjük át.
- Ha nincs otthon tojás, a darált húsba nyers burgonyát reszelhetünk, keményítője összetartja a húst.
- A palacsinta gyorsabban megsül, ha a tésztájába egy pici sütőport teszünk.
- Ha a fűszereknek csak az aromáját akarjuk ízesítésre felhasználni, tegyük teatojásba, és lögassuk bele a fővő ételbe.
- A kiszáradt mustárt élvezhetővé tehetjük néhány csepp ecettel és kevés cukorral.
- Piros paprikát, törött borsot üvegekben (vagy porcelánban) tartsunk! A műanyag az erős fűszerek miatt elhomályosul, s könnyen repedezik, eltörik.
- Ha a dugóhúzó hiányzik... Csurgasson forró vizet az üveg nyakára. (De ne jéghideg üvegre, mert szétrobban!) A forró víztől megmelegedett levegő kinyomja a dugót.
- A lekvárt, befőttet, dzsemet a kamrába ne tegyük magas polcra, mert a felszálló meleg levegő elősegítheti a gomba- és a penészképződést.
- Ha kovászos uborka megpimpósodik, akkor az üveget állítsuk egy edénybe, öntsünk rá annyi ízesített salátalevet, hogy túlsurogjon az üveg száján. A pimpó kicsurog az üvegből, az uborkát elfogyaszthatjuk.
- Ecettel eltett uborkát vagy más savanyúságot megóvhatunk a romlástól, ha időnként kevés cukrot teszünk hozzá. Az ecet a cukrot fogyasztja és nem erjed meg.

KÖTÖTT PAPUCS

Nyitott ablaknál aludni egészséges dolog, de vannak, akiknek különösen a végtagjaik fázekonyak. Hűvösebb éjszakákon, camping-sátorban, turistaházban véd a felfázástól az itt leírt hálópapucs – mely természetesen megfelel a szobában is mint [maradék fonálból előállítható, olcsó] kedves, kényelmi darab. Egy pár papucshoz kb. 10 deka, középvastag gyapjúfonál kell – gyermekek számára a fele is elegendő s oly könnyen elkészíthető, hogy kötni még csak tanuló kislányok is megbirkóznak vele. 3-as tűvel kötjük az alábbi leírás szerint – a zárójelben a gyermekméret adatait közöljük:



28 [18] szemmel kezdjük. A patentrészt bordásan kötjük, egy sima, egy fordítottal vagy két sima, két fordítottal, tetszés szerint magasságban. Ezután 14 [10] sor simát kötünk; minden második sorban – ugyanazon az oldalon – kettőt szaporítunk. A szemek száma ekkor 40 [28]. Most azon az oldalon, ahol szaporítottunk, az első 28 [18] szembe duplán kötünk. A fennmaradó 12 [10] szemet simán lekötjük. Így 68 [46] szem lesz a tűn. Ezután 40 [30] sort elkészítünk ugyanolyan bordával, mint kezdetben. Ha ezzel készen vagyunk, azon az oldalon, ahol szaporítottunk, az első 56 [36] szemet fogyasztjuk. Ismét 40 [28] szem lesz a tűn. Most 14 [10] sort simán lekötünk úgy, hogy minden második sorban kettőt fogyasztunk. A fennmaradó 26 [18] szemet ugyanolyan bordásra és ugyanolyan hosszúra kötjük, mint a kezdet. Végül összehajtjuk; a megfelelő részeket összeillesztjük és elől-hátul összevarrjuk. Szélét pikóval, elejét zsinórral díszíthetjük.

Jäger Lászlóné (Helén néni)

FEJEZETEK EGY VISZONTAGSÁGOS ÉLETBŐL III.

Egy reggelre arra ébredtünk, hogy háló társunk hálószáján egy tigrispiton melegedett. Lelki nyugalmunknak köszönhetjük, hogy nem történt baj. A kígyó rátekeredett a társunk lábára, aki majd szörnyet halt ijedtségében. A kígyó fejét és farkát megfogtuk, jó másfél méteres volt az állat, de ki tudtuk tekerni. Később megvizsgáltuk, nem volt mérges kígyó, így sikerült megakadályozni, hogy megöljék. Az őserdei életben nagyon fontos volt a higiénia betartása, a fertőtlenítés, egyrészt a nagy páratartalom miatt, másrészt a korábban ledobott mindenféle vegyi bombák maradványai miatt. Volt, aki örökre szóló bőrbe-tességgel jött haza.

Rendszeresen délután 3-kor érkezett a monszuneső, amit a majmok éktelen rikácsolással jeleztek. A majmok egyébként odaszoktak a táborunkhoz és eszméletlen lopósok voltak. Állandó veszélyben volt az élelmiszerkészletünk.

Nagyon jó kapcsolatot alakítottam ki egy falubeli öreg parasztbáccsival. Lerobbant szegény a kis motorjával a rizsföldről hazamenet. Odamentem segítő szándékkal, először halálra rémült, de amikor kicseréltem neki a gyújtógyertyát és újra ment a verda, megnyugodott. Hálából egy kis barna cipóval kínált meg, mondtam neki, milyen finom. Kommunikálni jelelssel és néhány orosz, angol szóval tudtunk. Megismertem, persze csak

titokban, a családját is. 5 gyermeke volt, de két fiát megölték az amerikaiak. Felesége is meghalt, így egyedül tartotta el három leánykáját. Régebben buddhista szerzetes volt a fővárosban, ahonnan el kellett menekülnie. Nagyon sok fényképet mutatott korábbi életéből. Ő hívta fel a figyelmemet arra, hogy milyen megérző képességem van, s ezzel érdemes foglalkoznom. Életem során erről bizonyosságot is szereztem, voltak olyan helyzetek az életemben, amiket előre láttam, s ezzel a mai napig is komolyan foglalkozom.

Tanította az öreg Csen (magyarul talán Sándor), hogy lehet az állatokkal "beszélni", ő ha rá nézett egy kígyóra, az menten elment. Magyarázta, ha a szemébe nézünk egy állatnak, azt hívni kell a szemünkkel és bátorítani a barátságkötésre. Legjobban ez a kutyáknál figyelhető meg, hisz a legközelebbi barátaink. Mai napig megbarátkozom minden mérges kutyával.

9 hónapig voltam Vietnámban. Hazatérve leszereltem, majd vendéglátósként, az Autóklubban, a Volánnál is dolgoztam, kerestem a helyemet. Vállaltam fotóriporterkedést a nyíregyházi színháznál, később a helyi lap sportrovatánál is. Igyekeztem szolgálni az emberek kulturális tevékenységeit. Tanultam egy kicsit zongorázni is, mely iránti szeretetemet a kislányom örökölte. Nyíregyházán ismerkedtem meg a színházi élet

színpadán leendő feleségemmel. Asszisztenseket keresett egy rendező a színjátszó csoportba, s én fotóztam számára az arcképeket. Nagy vihart kavart a szívemben, s maradandó nyomot hagyott életemben, hisz feleségül vettem. Az asszonykám elvégezte a tanárképző főiskolán az óvónői szakot. Ez arra ösztönözte, hogy Budapestre jöjjön dolgozni. Nagybátyja fogadott minket be budapesti lakásába. Én maszek autószerelőnél dolgoztam. Békásmegyeren vettünk lakást, ahol a szomszéd biztatására kazánszerelő lettem. Újra tanultam, majd dolgoztam mindenfelé a városban. Mégsem bírtam megszokni és megszeretni a városi életet, szinte úgy éreztem, majmok vagyunk egy zárt ketrecben.

Kertes családi házra és vidékre vágytunk, kerestük az egész országban nekünk való helyet. Ide, Galgahévízre úgy kerültünk, hogy asszonykám budapesti kolleganője galgahévízi volt. Az ő eladó lakásukat vettük meg és költöztünk le 1992-ben. Persze azonnal belevetettem magam a közösségi tevékenységekbe, s azóta is igyekszem segíteni ott, ahol tudok, s ahol megkérnek erre.

Farkas György elbeszélését lejegyezte
S. Nagy Andrea



KÖZÉRDEKŰ HÍREK, HIRDETÉSEK, INFORMÁCIÓK



MEZŐGAZDASÁGI TERMELŐK FIGYELMÉBE

A Helyreállítási és Újjáépítési Tárcaközi Bizottság tájékoztatja a mezőgazdasági termelőket, hogy az agráriumban keletkezett károk enyhítésére az FM utalta a keretösszegeket az APEH megyei igazgatóságai felé.

Ezúton hívjuk fel a károsultak figyelmét, hogy a kifizetés nem automatikus, hanem a részükre postázott igazolással személyesen kell felkeresniük az APEH-et.

*Helyreállítási és Újjáépítési
Tárcaközi Bizottság*



MŰVELŐDÉSI HÁZ NOVEMBERI PROGRAMJAI

Állandó programok:

hétfő	12.30 – 19.30-ig 19 ó	Zeneóra Nyugdíjas klub népdal- körének próbája
	20 ó	Pávaköri próba
kedd	17 ó és 19 ó	Ifjúsági néptáncsoport próbája
csütörtök	19 ó	Ifjúsági néptáncsoport próbája
péntek	14-17-ig 16 ó 17 ó	Szolfézs Színjátzóknak próbája GAFISOK összejeve- tele

November

3-án	18 – 19.30-ig	Népfőiskolai program
6-án	20 ó	PATKÓS-bál
18-án	8-12-ig	Ruha, cipő- és fehér- nemű vásár
20-án	20 ó	POLGÁRMESTERI- BÁL (Galgahévízi ze- nekar)
23-án	9-12-ig	Műanyag- és egyéb ruhanemű vásár
27-én	20 ó	PATKÓS-bál (asztal- foglalásos)
28-án	20 ó	FORTUNA-bál

HIRDETMÉNY

A GALGAHÉVÍZI JÓLÉTI SZOLGÁLAT
ALAPÍTVÁNY az 1998-ban a részére
felajánlott személyi jövedelemadó 1%-át a

**NÉMET NYELVI LABORATÓRIUM
felszerelésének megvásárlására
fordította.**

Galgahévíz, 1999. október

*Juhász Mihály
kuratórium elnöke*

Szeretettel várunk
minden vendéget a
november 27-én (szombaton)
tartandó asztalfoglalásos

KATALIN BÁL-ra.

**Zenét szolgáltatja:
PATKÓS EGYÜTTES**

Jegyek ára: 1.500.- Ft (vacsorával)

Érdeklődni lehet
a Művelődési Ház Büfében vagy a
06/20/3-309-716,
illetve 06/20/9-627-428-as
telefonszámokon.

*Kiadja a Galgahévízi Önkormányzat Polgármesteri Hivatala
Felelős kiadó: Dr. Basa Antal polgármester
Felelős szerkesztő: Basa Barbara
Nyomdai előkészítés: Gradus Stúdió - Aszód
Készült az ArtWind Kft. nyomdájában*

